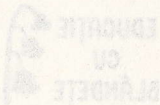


Libris.RO

Respect pentru oameni și cărți

NU EXISTĂ PĂRINTE PERFECT



ISABELLE FILLIOZAT

Nu există părinte perfect

Traducere de
AURORA IRIMIA

 UNIVERS

Mulțumiri

Mulțumirile mele se îndreaptă către:
- Laurențiu Lăbunt, care, cu câțiva ani în urmă, la un
prânz, a sădit în inimă mea încrederea că s-a născut
un copil și nu căpătând formă în această carte.
- Iasmină Lăbunt și Anne Șopîrnic, care prin
exigența lor m-au făcut să revizuiți manuscrisul până
ajuns la produsul pe care îl aveți acum în mână.
- Tatăl meu, Răzvan Filibozan, care, recopiat, a revizuit
și corectat diferite versiuni.
- Laboarea pentru genealogia cu care și-a dat
cât timp și pentru meșteșugul curioșilor la corec-
tes manuscrisul.
- Anouk Dubois, pentru minunata sa descriere și
pentru entuziasm.
- Olivier Manceu, pentru munca sa în domeniul vio-
letelor educaționale.
- Toți cei și cele care mi-au arătat dificultățile
coteștinate în relația cu copiii lor.

Cuprins

Introducere	7
I. PĂRINTELE ÎN FAȚA COPILULUI SĂU	
1. Tendința spre dramatizare	27
2. Tații sunt altfel decât mamele?	31
3. Imaginea de sine și greutatea vinovăției	34
4. Reacții impulsive	48
5. Când impulsia devine compulsie	53
6. Disonanța cognitivă	56
7. Insulte și devalorizări	60
8. Când nu ne putem stăpâni să lovim	69
9. O problemă de statut	74
10. Când copilul se împotrivește	78
11. Capricii?	81
12. Cine are puterea?	87
13. Intruziuni intime	98
14. Bunicul are preferințe	102
15. E mai greu de iubit decât alți copii... ..	108
16. Caracterul care uneori ne exasperează	110
17. Băiat sau fată?	118

18. Seamăna prea mult cu mine sau nu seamăna
destul 121
19. Să iubești nu-i atât de simplu..... 124

II. CAUZELE DERAPAJELOR NOASTRE NERVOASE

1. Epuizarea maternă..... 139
2. Tatăl este la post?..... 149
3. Nevoi neîmplinite imposibil de mărturisit..... 153
4. Hormonii 155
5. Când o încercare prin care trecem ne absoarbe
energia 156
6. Copilul e „tot ce nu vreau eu“!..... 162
7. O istorie care se repetă 167
8. Fuga de durere 173
9. Când nu ai dreptul să exiști 177
10. Repararea relațiilor afectate..... 179
11. De unde vin fantasmemele despre copii?..... 180
12. Rana martorului neputincios..... 186
13. Competiția..... 190
14. Răzbunarea inconștientă 194
15. Fidelitatea..... 196

III. PROBLEMA VÂRSTEI

1. Fetus, și deja atât de prezent! 203
2. Nașterea, o experiență extremă 209
3. Acele prime clipe care permit atașamentul 214
4. Cuvinte care opresc laptele..... 218
5. Plânsetele sugarului 221
6. Să dormi ca un prunc..... 226
7. Un an..... 230

8. Un an și jumătate – trei ani..... 232
9. De la patru la doisprezece ani 238
10. Adolescenții..... 242
11. Într-o bună zi, copiii pleacă..... 246

IV. GHID PRACTIC Exerciții, rețete, trucuri și șiretlicuri pentru a face față vieții de zi cu zi

- Cuprinsul exercițiilor..... 253
- Concluzii 343
- Mulțumiri 347

Introducere

A fi părinte este o mare aventură. Este minunat... și, să îndrăznim să o spunem, foarte dificil, atât fizic, cât și emoțional. Fiecare visează la copiii săi. Apoi ei se nasc. Chiar dacă suntem copleșiți dincolo de așteptările noastre de fericirea pe care ne-o aduc, se întâmplă și să ne cufundăm în deznădejde și neputință. Proaspeții părinți sunt adesea dezarmați când se confruntă cu intensitatea emoțiilor care-i asaltează, cu complexitatea noii lumi în care pătrund.

Laurence, asistentă maternală, nu și-ar fi închipuit vreodată că va fi destabilizată într-o asemenea măsură. Răbdătoare, disponibilă, competentă cu copiii altora, în fața fiicei sale se surprinde înfuriindu-se. Este disperată pentru că nu-i poate oferi Lolei ceea ce le-a dat atât de mult altora și se judecă negativ: „Nu sunt o mamă bună“.

Pe umerii părintelui apasă atâtea lucruri! El este responsabil de educația, protecția și sănătatea copilului său. Ba chiar consideră că îi revine sarcina de a-i asigura fericirea și succesul.

„Ce noroc aveți!” exclamă oamenii când află că progenerura ta a făcut studii reușite și se căsătorește. De parcă ar fi așa de simplu! În realitate, imensa majoritate a părinților, inclusiv cei care par să fi avut „mult noroc”, au muncit, au avut îndoieli, s-au lovit de perioade de împotrăvire, de criză... și de eșecuri. Mitul copilului perfect și al părintelui care știe ce trebuie făcut pentru a obține perfecțiunea este întreținut de numeroase scrieri despre „cum să reușești cu copilul tău ca și cum ai reuși o rețetă de tort cu ciocolată”¹.

Dacă un copil nu ne îndeplinește așteptările, dacă se dovedește imperfect, poate să ne fie ciudă pe el pentru această imagine deformată a noastră pe care ne-o reflectă. Fiindcă, întrucâtva, copilul este oglinda noastră. Avem tendința de a-l considera o prelungire a noastră, o parte din noi. Proiectăm asupra lui persoana noastră actuală și așteptăm de la el să fie așa cum ne-am fi dorit noi să devenim. Poartă eul nostru idealizat. În mod inconștient, îl încercăm cu sarcina de a ne repara imaginea. De aceea, orice dezamăgire ne afectează profund. Suntem deosebit de sensibili la reușitele și eșecurile lui. Nu identificăm întotdeauna acest sentiment, dar uneori ne este greu să luăm distanța necesară față de cerințele, șotiile și abaterile copiilor noștri, ba chiar și

¹ Editorial de Jacqueline Costa-Lascoux, președintă a FNEPE [Federația Națională a Școlilor pentru Părinți și Educatori – n.tr.], director de cercetare la CNRS, în *L'École des Parents*, aprilie-mai 2006, nr. 557.

față de nevoile lor. Modurile noastre de a acționa nu sunt întotdeauna nici adaptate, nici pedagogice.

Prin urmare, educația nu este deloc floare la ureche. În această sarcină, nu prea ne sunt de folos „experții”, acești pediatri, pedopsihiatri și alți psihologi care ne trântesc certitudini cu aerul cuiva care se pricepe, certitudini care, pe deasupra, mai și variază după mode. „Arta îngrijirii copilului”¹, de exemplu, variază de la o epocă la alta. „Trebuie să-ți culci sugarul pe burtă.” „În nici un caz, poate să se sufoce în pernă.” „Nici vorbă! Trebuie să-l pui pe spate!” „Ba nu, e periculos dacă regurgitează mâncarea, așa că întinde-l pe o parte...” Și la fel se întâmplă cu fiecare acțiune de zi cu zi: transport, alăptare, somn... Nu-i ușor să faci față sentimentului de vinovăție atunci când nu urmezi recomandările în vogă. Mai ales că alți părinți par să se descurce atât de bine! Familiile celorlalți par atât de armonioase! Copiii lor sunt adorabili, se poartă frumos, au succes la școală... Mitul copilului perfect se profilează din nou la colțul străzii. În special mamele se compară și se învinovătesc. Tații sunt în general conștienți că sunt „începători în meserie” și, chiar dacă își asumă din ce în ce mai mult prezența și responsabilitatea față de copil, rareori se simt obligați să știe și să stăpânească tot.

¹ După titlul unei cărți de Geneviève Delaisi de Parseval și Suzanne Lallemand, *L'art d'accommoder les bébés*, Éditions Odile Jacob, 1998.

Înainte, lucrurile erau simple: copilul trebuia să asculte. Dacă nu, era pedepsit. Părintele îl constrângea prin forță. Lovea, pedepsea și considera că așa e drept. Loviturile și umilințele nu erau privite drept violențe, ci drept metode educative normale. Lucrurile erau simple pentru că oamenii nu-și puneau întrebări. Părinții aveau dreptul și datoria să aplice corecții. Am moștenit o tradiție de educație violentă care și-a dovedit eficacitatea în a-i face pe oameni fie agresivi, fie depresivi, în orice caz, nefericiți. Rarele voci care se ridicau împotriva cruzimii acestor practici și împotriva pagubelor umane produse de ele erau reduse la tăcere. Și acum persistă ideea conform căreia copiii de ieri erau mai bine ținuți în frâu.

„Repererele au explodat“, se spune frecvent astăzi, chiar dacă, drept repere, nu avuseserăm decât ignoranța, ba chiar orbirea. Un lucru este sigur: cu cât aflăm mai multe despre psihologia copilului, cu atât avem mai puține certitudini. Nevoile unui copil variază de-a lungul dezvoltării sale, sunt multiple, iar viața lui psihică se dovedește mult mai complexă decât ne imaginăm. Bebelușul era altădată considerat un tub digestiv și tratat ca atare. În zilele noastre, el este o persoană, pe care nu întotdeauna știm, din păcate, s-o tratăm ca atare. Suntem conștienți că anumite comportamente ale noastre față de copii îi rănesc fizic și psihic. Devine din ce în ce mai greu să credem într-o „palmă bună la

fund“ și nu ne mai putem iluziona închipuindu-ne că pedepsele pe care le aplicăm ar avea vreo eficacitate.

Unii spun că în trecut copiii erau mai liniștiți, mai docili, mai ascultători... Să privim lucrurile în față: nemulțumirile părinților cu privire la lipsa de respect a copiilor și la uitarea tradițiilor nu datează de azi, de ieri. „Lumea noastră a atins un stadiu critic. Copiii nu-și mai ascultă părinții. Sfârșitul lumii nu poate fi departe“, spunea acum două mii de ani un preot egiptean. Pe zidurile din Pompei încă se văd inscripții care insultă profesorii. „Tineretul nostru e prost crescut. Nu-i pasă de autoritate și nu are nici un respect pentru vârstnici. Copiii noștri de astăzi nu se mai ridică atunci când intră în încăperea un bătrân. Le răspund părinților și trăncănesc în loc să muncească. Sunt pur și simplu răi“, spunea Socrate (470-399 î.Hr.). Violența în școală și lipsa de respect a tinerilor față de cei mai puțin tineri nu sunt nici pe departe un fenomen nou. În toate epocile, adulții s-au plâns de asta. Ideea foarte răspândită că „era mai bine înainte“ este o problemă de perspectivă, ținând de iluzie. Înainte, copilul era lăsat de capul lui cu câteva bucăți de lemn și cu câinele. Era oare mai constructiv decât computerul, consola, televizorul și alte ecrane în grija cărora este el lăsat astăzi? La școală, pramatiile le vorbeau profesorilor cu „dumneavoastră“, dar făceau la fel de multe trăsnași, înnegreau pereții WC-urilor cu desenele lor obscene și înghesuiau fetele

la toaletă. Acum patruzeci, treizeci sau chiar douăzeci de ani, puțini copii erau ascultați și li se respectau nevoile. Am auzit atâtea mărturii despre singurătate, suferințe și plictis profund!

Să fii profesor de gimnaziu la începutul mileniului al treilea nu este lucru ușor. Acesta este un fapt. Tinerii de ieri tăceau în fața adultului. Elevii de azi așteaptă mai multe: nu vor doar să-l asculte pe profesor. Dacă se plictisesc, se foiesc. Dar, după părerea mea, nu din cauză că părinții nu le-ar fi fixat limite.

Toate epocile au crezut că traversează o criză a autorității, sindromul „copilului-rege“. Chiar dacă există și părinți adepți din convingere ai libertății copilului, relaxați printr-un deficit de afirmare și mai ales de prezență, majoritatea familiilor din Franța rămân autoritare. Statisticile¹ o dovedesc: 84% dintre părinții francezi încă își lovesc copiii pentru a-i face să se supună, iar 30% îi lovesc foarte tare! Studiile² ar părea chiar să indice o creștere a violenței parentale, cauzată de stres și de epuizarea mamelor.

În zilele noastre, atitudinea așa-zis permisivă este lesne disprețuită: se spune că i-am fi respectat prea mult pe copii, confundând respectul față de copil cu

¹ Anchetă SOFRES efectuată în 1999 pentru Asociația „Éduquer sans frapper“ [„Educație fără violență“ – n.tr.]. Doar 16% dintre persoanele chestionate care au copii nu-i lovesc niciodată, 33% o fac rar, iar 51% o fac des.

² www.naturalchild.org.

teama de împotrivirea sau pur și simplu de emoțiile lui. Numeroși pediatri și chiar psihiatri se fac avocații unei reveniri la autoritate, ba chiar la pedepsele corporale. Reflecția este cam pripită, ceea ce nu o împiedică să obțină un anumit succes, ale cărui motive le vom înțelege în capitolul următor.

Dacă există o criză de autoritate, este vorba mai mult de lipsa noastră de autoritate interioară și de conștiință de sine decât de un deficit al autoritarismului. Cum vom vedea, părinții sunt cu atât mai autoritari, cu cât sunt mai puțin siguri pe ei. Copiii de ieri erau crescuți în frică. Celor de astăzi le este mai puțin frică, e adevărat. Sunt mai informați, mai stimulați, nu au nici o nevoie ca părinții să redevină autoritari.

Viața psihică a copiilor este complexă. La fel și cea a adulților. Cu atât mai mult relația dintre primii și cei din urmă. Copiii noștri ne vorbesc despre noi. Cine sunt ei? Istoria lor începe cu a noastră. Copilul poartă în el întregul său arbore genealogic. Este marcat de istoria inconștientă a familiei, manifestă emoții refulate, uneori, de mai multe generații. Reacțiile noastre față de el nu pot fi neutre. Emoțiile lui sunt influențate de ale noastre, conștiente și inconștiente. Acționăm asupra lui, el reacționează, iar noi reacționăm la reacțiile lui... Este imposibil să nu ținem cont de această buclă dacă vrem să înțelegem ce se întâmplă între el și noi.

Orice doctrină simplistă – „trebuie, e obligatoriu“ – care exclude dimensiunea inconștientă pare, prin urmare, suspectă. Se petrec tot felul de lucruri între un părinte și copilul său. Adepții revenirii la autoritate nu rețin, în general, în analiza lor decât dimensiunea fenomenologică, adică aceea care este de ordinul observabilului. Or, educația unui copil implică multă lume. Credem că suntem numai doi, tatăl și mama. Cel puțin alte patru persoane au o influență directă sau indirectă asupra copilului: bunicii. Cine nu s-a surprins niciodată folosind același ton autoritar, aceleași injurii sau devalorizări ca ale părinților? Chiar cele pe care ne angajaserăm să nu le rostim niciodată, pentru că fuseseră atât de dureroase pentru noi? Ne trezim uneori parcă dirijați de automatisme care ne depășesc și dezarmați în fața propriilor noastre reacții.

Dimensiunea sistemică este prea adesea omisă în manualele care oferă sfaturi pentru părinți. Relația cu copilul, dar și între tată și mamă, între părinți și părinții și socrii lor. Forța inconștientului, a lucrurilor nespuse, a secretelor, a emoțiilor refulate, a ranchiunelor, a durerilor neexprimate care marchează familia. Toate acestea joacă un rol.

Copilul interior al părintelui este și el implicat: cel care a fost părintele când era mic. Copilul din fața noastră îl evocă pe cel care am fost, fie și în mod inconștient. Nașterea unui copil pornește din nou firul istoriei

noastre. Emoțiile ni se amestecă: o rană rămasă inconștientă devine un nod foarte greu de descurcat. Tot ceea ce fusese ținut sub tăcere până atunci începe să urle în noi. Propria noastră copilărie reapare în flashbackuri sau, mai supărător, în afara conștiinței noastre, ne alterează percepțiile și ne ghidează atitudinile față de îngerașii noștri.

Există tot felul de părinți. Unii acceptă să facă față abisurilor de perplexitate în fața cărora îi pun odraslele. Alții simplifică problema optând pentru autoritarism, totuși cu un oarecare regret: „Nu așa mă vedeam ca părinte“.

Ce stă la baza stilului educativ pe care-l vom promova? De la naștere până la optsprezece ani, educația copiilor este un subiect care monopolizează discuțiile. Există susținătorii fervenți ai bătăii la fund, cei care cred că secretul stă doar în stabilirea de limite și cei care predică ascultarea copilului. Cei care pedepsesc și cei care preferă să sancționeze și să responsabilizeze. Cei care impun o ordine strictă și cei care susțin democrația familială. Cei care lasă copilul să plângă și cei care aleargă la el. Peisajul parental este variat. Cum să te orientezi? Să știi ce e corect?

În realitate, avem mai multe repere decât în trecut. Știm enorm de multe lucruri despre creștere, despre nevoile copilului, despre creierul, inteligența, dar și

despre afectivitatea lui. În laboratoare, oamenii de știință au efectuat multiple observații și experimente. Au făcut descoperiri care spulberă vechile credințe. Au evidențiat avantajele și inconvenientele diferitelor metode educative. Dar s-ar părea că aceste studii nu sunt citite sau înțelese. Iar când sunt, nu rareori se întâmplă să fie date la o parte cu ironie. Știința deranjează! Nu vrem să auzim de noile repere care ne contestă obișnuințele și ne constrâng uneori să ne simțim părinți răi. Preferăm să aderăm în continuare la credințele noastre, denigrând rezultatele obținute de cercetători.

Puține domenii vehiculează atâtea idei răsuflăte. În sfera educației, iraționalul domnește încă. Și asta chiar la experți ca pedopsihiatrii sau psihologii, de la care ne-am fi așteptat să fie mai științifici! Fiecare își face propria analiză și își permite să enunțe legi ca și cum ar fi evidente, chiar dacă ignoră statisticile și studiile comparative în domeniu. Dar în loc să ne judecăm, mai bine să mergem ceva mai departe în înțelegerea acestui fenomen. Există motive pentru această stare de fapt.

În privința educației, fiecare are idei foarte ferme, chiar dacă, probabil, și le va schimba de mai multe ori de-a lungul vieții, mai ales dacă are copii. Există argumente „pro“ și „contra“ în cazul fiecărui gest cotidian. În cupluri, acesta este principalul motiv de conflict. Se întâmplă ca dezacordurile să ducă până la divorț.

Problema agită, de asemenea, raporturile dintre părinți și socri. Convingerile afirmate se exprimă într-o tăcere politicoasă sau declanșează discuții aprinse, astfel încât subiectul devine tabu la reuniunile de familie. Este imposibil să se discute calm. Pozițiile par ireconciliabile, iar energia pusă în susținerea lor este nelimitată. Virulența dezbaterilor surprinde. De ce atâtea înflăcărare? Vom vedea: dincolo de teorii stă istoria noastră. O asemenea patimă are motivele ei. Comportamentele noastre parentale sunt, desigur, modelate de tendințele epocii și de dictatele pediatriilor și ale altor psihologi în vogă... Dar acesta este numai un luciul de suprafață. Există adesea o prăpastie între ceea ce susținem și ceea ce facem. Trebuie să recunoaștem că atitudinile noastre educative au prea puțin de-a face cu știința, experiența sau rațiunea. Unii suferă din cauza asta, citesc, se informează și caută. Alții, pentru că nu reușesc să înfrunte deschis disconfortul legat de acest decalaj, care sunt mai răniți sau încă nu și-au identificat rănilile, își refulează emoțiile și opun afectelor lor un front unit. Părem să acționăm conform valorilor noastre. În realitate, susținem valori adaptate modului nostru de a acționa.

Uneori, totul este bine, familia se scaldă într-o fericire comună. Deodată, tonul urcă. Un comportament sau un cuvânt al copilului declanșează tornada: „Cine mi-a dat așa un copil?“ Relația cu copiii este marcată de